“瀬戸内の風土を活かしたひとつ上の住まい造り”

リフォームも

睦(むつ)みの情報誌

2013年 5月号
第84号
睦みの工房
小堀建設株式会社
www.e-mutumi.com

今回も大好評でした!!

『南向きの家は建てるな!?』

～長寿を実現する住まい～

前回も大変好評でした“オカトミ”代表の岡田好勝氏による健康住宅セミナーの第２回目を開催しました。

今回は受講者のみなさんに、事前アンケートで“一番聞きたい内容”を３つ挙げていただき、それを集計して数の多いものから順番にお話しをしていただきました。

「どうして南向きの家は建てないほうがいいのか?」「危険を大きくするリフォームって!?」などなど…。みなさんの関心の高いところから順に詳しくお話していただいたので、設定していた時間内では全部を聞いていただくことができませんでした。

そこで!!**５月１９日(日)**に**第３回目**、**７月６日(土)**に**第４回目**の**健康住宅セミナー**を開催させていただきます！

セミナー開催に際し、みなさまにより関心の高い内容について聞いていただきたいと思いますので、この紙面上で事前アンケートを取りたいと思います。裏面のハガキに記載してある『セミナーで是非聞いてみたい内容』３つに○を記入してご返送ください。また他にも聞きたいことがあれば、ハガキのコメント欄にお書きください。参加希望の方はもちろん、参加できない方もどんどんアンケートにお答えください。

参加ご希望の方は、ハガキまたはﾌﾘｰﾀﾞｲﾔﾙ：0120-194-623でお申し込みください。
また、当日、飛び入り参加ＯＫです！　みなさまのご参加お待ちしております。

必ずお読みください
『住宅取扱説明書』－健康編－
岡田好勝　著書 1,200 円(税込)

ご希望の方は、弊社にお申し込みください。

参加者募集

健康住宅セミナー（第3回）

日　時：平成25年5月19日（日）
18:00～19:30
場　所：笠岡市民会館　3F　研修室
参加費：無料

参加者募集

健康住宅セミナー（第4回）

日　時：平成25年7月6日（土）
14:00～15:30
場　所：サンライフ笠岡 2F　第2研修室
参加費：無料

心地よい住宅とは？

皆さんが考えている心地よい住宅とはどういったものでしょう？

快適な空間を作るために冷暖房器をフルに使ってはいませんか？使っていない部屋は、使っている部屋に比べて温度の差が激しい。基本的に長居する空間だけ冷暖房すると、ほかの部屋との温度差で体への負担も大きく、冷暖房している部屋も**エネルギーの無駄遣いをしながら快適に近い状態にしている**にすぎません。そこまでしないと造り出せない空間が、本当に心地よい住宅と言えるのでしょうか？

高気密・高断熱住宅なら、建てた後の冷暖房にかかる費用が少なくて済みますし、体にかかる負担も軽減されるでしょう。そんな**経済的で健康にも優しい住宅で過ごすことが、快適に繋がる**のではないかと私たちは考えています。

では、実際に高気密・高断熱の住宅がどのように優れているのかシリーズにして皆様にお伝えしていきます。

（森口）

Part1 『とても明るい大きな空間が実現できる』

これまでの住宅は、室内の「温熱環境」を保つため、空間を細かく仕切る事に重点が置かれていました。そのため真冬や真夏には、冷暖房機器のある部屋での生活が主になってしまい、全ての空間を快適に使い切ることが出来ませんでした。特に冬の寒い時期には、脱衣所やトイレでヒヤッとした経験が皆さんにもあると思います。また、大きな窓や吹き抜けも夏は日差しが熱く、冬は足元に冷気が溜まり、結露がひどくなる等の不都合が多い間取りでしかありませんでした。

しかし、高気密・高断熱にすることで、これらのデメリットを解消し、メリットだけを残した大空間が無理なく実現できます。

例えば、勾配天井にして高くなった２Ｆと１Ｆでも、上下階の温度差がほとんど生じないので冬の肌寒さや足元の冷気感がありません。また、夏は天井近くに設けた熱気抜きの窓と１階の窓を少し開放することで風の道ができ、熱気が上部から抜けるので室内をほぼ一定の快適温度に保ちます。

さらに開放的な間取りにすることで、部屋間の温度差を少なくすることが出来るので、少しのエネルギー消費で全空間を快適にすることができます。

この大空間は、高気密・高断熱住宅だからこそ出来る提案なのです。

ここで気になるＱ＆Ａ

Q：高気密・高断熱住宅は窓を開けないほうがいいのでしょうか？

A：そんなことはありません。

高気密・高断熱の住宅は、暑い夏の日や寒い冬の時期に外気の温度とは関係なく、少しのエネルギーで快適に住まえるよう造られた家です。ですので、春や秋の過ごしやすい時期には、窓を開けて自然の風や心地よい日差しを取り入れて、過ごすことをお勧めします。

日本住環境㈱発行:「心地よい住宅ってナニ？快適な住まいへのキーワード」参照

睦み倶楽部カルチャー教室

「パステルアート体験教室」

テーマ：あじさい

日　時：平成25年6月8日（土）
　　　　13：00～15：00
場　所：睦みの工房
　　　　イベントルーム
定　員：先着8人
参加費：1，000円

お待たせしました！昨年の１１月に開催したパステルアート体験教室を今年度の睦み倶楽部の定期講座として２ヶ月おきに開催いたします。

今回のテーマは「あじさい」パステルのふんわりとしたやさしい色合いで、かわいいあじさいを描いてみませんか？

講師は、笠岡市在住で日本パステルホープアート協会認定（JPHAA）正インストラクターの川相友里恵さんです。大人の方から子どもさんまで、どなたでも参加できます。親子、お孫さんとの参加も大歓迎!!

参加ご希望の方は右のハガキかﾌﾘｰﾀﾞｲﾔﾙ：0120-194-623でお申し込みください。

キリトリ

郵便はがき

料金受取人払郵便

笠岡支店承認

1308

差出有効期間
平成25年10月
31日まで
（切手不要）

返　信

7 1 4 - 8 7 9 0

岡山県笠岡市二番町5番地

小堀建設株式会社

睦みの工房　行

6/8（土）『パステルアート』（あじさい）

□参加します　　参加者氏名

6/15（土）『お部屋と心のデトックス』

□参加します　　参加者氏名

ありがとうございました。これからもよろしくお願いいたします

新築・リフォームetc.
住まいのことならなんでもお気軽にご相談ください。

睦みの工房
〒714-0083
岡山県笠岡市二番町５番地
いくよ　むつみ
www.e-mutumi.com　小堀建設株式会社　ﾌﾘｰﾀﾞｲﾔﾙ：0120-194-623

コルクフロアにしてみませんか？

天然素材のコルクはコルク樫の木を伐採することなく、表面の樹皮を採取してつくるので、地球にやさしい天然エコ素材です。

そのコルクを加工して作ったコルクフロアは、ソフトな歩き心地で滑りにくく保温性が高い。また吸音・遮音性に優れ、寝室やキッチンなどの水回り、ペットにも最適です。

例：アレキコルク　グレインシリーズ
　　６帖間の場合　工事費　￥131,000（税込）～

断熱性が高い！
コルクは90%が空気層で、優れた断熱材の役割を果たすので、熱の伝わりを防ぐ効果も抜群です！

身体に優しい！
低ホルムアルデヒド、低VOCで安全。また、カビやダニにも強い床材です。
最近の高気密住宅でも安心です。

防音効果もあるよ！
吸音性・遮音性に優れ耳障りな音を吸収し、反響も防止します。

汚れがつきにくい！
特殊塗装により水や油に強く、汚れがつきづらい床材です。

人に優しい！
滑りづらく、柔らかい床材なので、小さな子どもさんやお年寄りの不意な転倒などに対しても安全です。

睦み倶楽部カルチャー教室

「お部屋と心のデトックス」

日　時：平成25年6月15日（土）
　　　　14：00～16：00
場　所：睦みの工房
　　　　イベントルーム
定　員：先着8人
参加費：500円

お部屋の整理整頓をすることで、心と頭の整理整頓もできる。それにより、外見だけでなく内面も美しく磨き、ワクワクする自分に出会える…。

そんな女性の美しさを内面から磨くメンタル講座を開催します。

講師は、株式会社リリアーレの専務取締役で、メンタルカウンセラーの茅切美佐子さんです。

参加ご希望の方は、上のハガキかﾌﾘｰﾀﾞｲﾔﾙ：0120-194-623でお申し込みください。

『健康住宅セミナー』事前アンケート

聞きたい内容に３つ☑をしてください。

- □南向きの家は建てるな！？
- □小児喘息を悪化させる照明器具！？
- □危険を大きくするリフォーム！？
- □床暖房は正しい選択肢なのか1？
- □太陽光パネルで売電するとお得なのか！？
- □外壁のシミの怖い訳？
- □シロアリ防蟻処理は絶対しない！
- □１階の和室に寝てはいけない！
- □空気の循環は身体に悪い！
- □吸放湿材のうそ？
- □生活臭が気にならない仕組み
- □布団が湿気ない押入れのヒミツ！
- □床下に炭を入れても吸放出しません
- □間違いだらけの断熱材選び
- □壁の中のカビはなぜ起こる？
- □冬の窓、結露でびっしょりなのに、私の肌がカサカサなのはなぜ？
- □冷房しても部屋が涼しくならないのはなぜ？
- □なぜ電気がエコエネルギー？
- □その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

□5/19（日）参加　□7/6（土）参加　□不参加

※住所・氏名、連絡先を記入の上、ご返送ください。

〒

住所：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

氏名：＿＿＿＿＿＿＿＿ TEL:＿＿＿＿＿＿＿

睦みの情報誌をご愛読いただいているみなさま限定の工事割引クーポンです。ご好評をいただき、活用件数も増えてきています！

無料で点検、お見積りさせていただきますので、どんどんご利用ください。ご注文いただくと、工事代金より一律３０００円値引させていただきます。

また、この情報誌を継続して読んでいただける方を募集しております。お知り合いの方をご紹介ください。送らせていただきます。

切り離さないでください。

工事割引クーポン

ご愛読者様特別

¥3,000

有効期限:平成２５年１０月末まで
１回の工事に１枚のみ使用できます。

睦みの工房　小堀建設株式会社

むつみーなタイム

前回のちょこっとアンケートは、『片付けができないところは？』でした。

みなさまからいただいたおハガキでは、押入れやタンスなど物入れが一番多く、次にリビングダイニングやキッチンが多かったですね。お問合わせいただいた方には個別にハガキでお返事させていただきました。

片付けのポイントとしては、

★もらっても使わないなら、割り箸もスプーンももらわない。粗品のゴミネットやラップももらわない！

★“いつか使うモノ”は絶対使わないと知る！

★トイレットペーパーや食品のストックは、数を決めて一ヶ所にまとめて保存する！

モノを管理して、すっきり住まいましょう!!

「自宅のお片付け」承っております。

カリスマ片付け士　小堀 響

今月の睦み～な日記

今年で13歳になった愛犬「うみ」の調子が悪くなり、いつもお世話になっている動物病院で診断してもらいました。なんと！会陰ヘルニア!

「犬の会陰ヘルニアは、肛門のまわり（会陰部）にある筋肉の間に隙間ができ、そこにお腹の中の臓器が飛び出してしまう病気です。横隔膜ヘルニアや臍ヘルニアと違って膀胱が飛び出てくることがあり、まれに尿が出にくくなるといった症状が現れます。」（Petwell より引用）

その他にもあれやこれや加齢からくる病気が見つかりましたが、危険が大きい会陰ヘルニア手術の予約を入れ、術後の経過も順調で５日ほどで無事退院できることが出来ました。

今は傷口を舐めないように首にエリザベスカラーをしています。不びんですが抜糸までの辛抱です。

お尻の毛を剃られ後ろから見るとおかしな姿ですが、かわいいですねぇ～！元気で長生きをしてみんなを癒してくださいよ。

小堀 秀男

継続講読の申し込みはこちらへ

睦みの工房
小堀建設株式会社
〒714-0083
岡山県笠岡市二番町５番地

担当：睦みの工房課
フリーダイヤル 0120-194-623（いくよ むつみ）
FAX 0865-63-5006
info@e-mutumi.com

皆様からお預かりしております住所などの個人情報は、厳重に管理させていただき、「**睦みの情報誌**」の発送、小社からのご案内のほかには利用しないことをお知らせいたします。